

ママたちの

おしゃべりタイム

ママだけでゆったりおしゃべりしてみませんか？
お子さんには保育があります。
みずベスタッフと臨床心理士の瀬川未佳さんがお手伝いします。

日時：連続3回講座 10:30~11:45

①9/7 (水)

こどものこと

- どんな風に
あそばせてる？
- お昼寝どうしてる？

②9/21(水)

家族のこと

- 新しい生活様式って？
- 家事分担どうしてる？

③10/5(水)

わたし時間

- じぶんの時間、
つくれてる？
- ストレス発散方法は？

*その他、自分の話したいことを自由に出して、みんなで一緒にかんがえましょう！

対象：2021年4月~2021年11月生まれ

(9/7時点で、生後10か月~1歳5か月)のお子さんとお母さん

☆全日程参加できる方を優先させていただきます。

☆以前にグループ懇談会に参加された方はご遠慮ください。

定員：6組程度 ※お子さんには保育があります。(きょうだいも可)

講師：せがわみか瀬川未佳さん(臨床心理士)

申込：8月17日(水)~ 先着順
電話にてお申し込みください。

問合せ：東陽子ども家庭支援センター
☎03-3699-4871